

# まちの話題

Town topics



## 福井梅まっ盛り!!

### 6/1 令和5年産福井梅初出荷

西田梅選果場（成出）において、初出荷のセレモニーが開催されました。

福井ウメ振興協議会会長である渡辺町長は集まったJA職員や地元梅生産者ら約30人を前に「いよいよ梅シーズンが到来しました。今年は天候に恵まれ、昨年の5割増し約1,300トンの生産量が見込まれています。みなさんと一緒に笑顔で全国に届けていきましょう!」と挨拶し、梅の里保育園の年長組10名と一緒にトラックを見送りました。



### 6/12 福井梅皇室献上選果式

皇室へ献上する福井梅の選果作業がリブラ若狭にて行われました。若狭町梅振興連絡協議会の会長を務める渡辺町長や梅生産者らが、梅干しに適した品種「紅映」の最高品質である3Lサイズの秀品を念入りに選果し箱詰めしました。

皇室へ直接献上するのは4年ぶりで、13日に秋篠宮家、三笠宮家、そして常陸宮家へ届けられました。



### 6/12 梅干し作り体験

地元特産の梅を知ってもらおうと、みそみ小学校4年生14名が6月7日に自分たちで収穫した梅を使って梅農家の三宅里美さん（田名）の指導のもと「紅映梅」の梅干し作り塩漬け工程を体験しました。

三宅さんから「ええ塩梅」という言葉の意味は、この梅干し作りからきています。塩の使い方が大変重要です」と教えてもらいながら一生懸命取り組んでいました。

今後は来月の土干し（天日干し）やしそ漬けの作業をし、完成した梅干しは9月末頃に給食で食べるそうです。子どもたちは「初めて梅干し作りをしました。思ったより大変でしたが楽しかったです。でき上がりが楽しみです」と話していました。



### 6/16 香りの授業

梅の里小学校の4、5年生16名が、青梅の香りから様々なことを想像して物語をつくる「香りの授業」に挑戦しました。

この授業は「香り」を言語化するシステムを開発し販売しているセントマティック株式会社（東京都）の協力により実現しました。子どもたちは同社講師の助言を受けながら、この日自分たちが収穫したばかりの青梅に鼻を近づけ、思い浮かんだ言葉をメモし、その言葉を組み合わせたり、感じたことを絵



にしたりして物語を作っていました。

子どもたちはいつもと違った授業で最初は戸惑っていましたが、すぐに集中して自由な発想でそれぞれの物語を発表していました。立ち会った担任の先生方も「子どもたちの潜在的なものを引き出していただけ、いつもと違った一面が知れて良かった!」と喜んでいました。



## 5/28 熊川マルシェ

熊川宿にあるお店と、この日限定でハンバーガーやスイーツなどのキッチンカーや、古着、雑貨、占いなどのお店が出店し、賑やかに熊川マルシェが開催されました。今回はキッズダンスの発表や無料姿勢診断のコーナーもあり、多くの人で賑わっていました。

また、同日に町内で開催されていたサイクリングイベント「若狭路センチュリーライド2023」のコースになっていたこともあり、自転車を押しながら散策する来場者の姿も見受けられました。



## 6/7 交通安全教室

三方小学校で交通安全教室が行われ、5・6年生50名が参加しました。

グラウンドや周辺道路において、自転車の乗車方法や一旦停止などの基本動作を、警察署員や交通指導員らの指導のもと、手順を確認しながら学びました。普段使い慣れた自転車ですが、子どもたちは真剣に取り組んでいました。

## 6/10 若狭町水防訓練

河川の氾濫を想定した水防訓練が、三方上中両消防団員、署員や赤十字奉仕団など、162名が参加して「若狭さとうみパーク」で行われました。参加者は土嚢をつくり積み上げる工法や、ゴミ袋に水を入れて住宅への浸水を防ぐ工法、炊き出し訓練など7つの訓練に取り組みました。



渡辺町長は「いつ何時起こるか分からない災害に備え、みなさんのこうした訓練により若狭町の安全安心が守られていることに対し感謝します」と激励しました。敦賀土木事務所の係官からは「機敏に行動されており良かったと思います。いざという時に今日の訓練を役立てて欲しい」と講評しました。



見学後は香ばしく、ふっくら焼き上がった蒲焼きも試食しました。

今年の2月には、たたき網漁も撮影しており、7月までにこの2つの伝統漁法をPRする動画をつくり、町に活用してもらおう予定になっています。

## 6/16 うなぎ筒漁見学

三方中学校3年生6名が「うなぎ筒漁」を三方湖で見学し、動画を撮影するなどして伝統漁法を間近に体験しました。

同校では、2年生より総合的な学習の時間に「三方リサーチ」という探求活動を行っており、今回参加した漁業チームは「漁業をどう発信すれば観光客を呼び込めるか?」という課題を設定して活動に取り組んでいます。

この日、生徒たちは船に乗り込み鳥浜漁協の田辺組合長の漁を近くで見





# まちの話題

Town topics



6/5

## バラ見ごろ



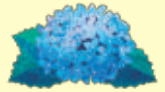
レインボーライン山頂公園のバラが見ごろを迎えています。

赤や黄色、オレンジなど色とりどりの110種600株が大輪の花をつけ、一帯が甘い香りで包まれていました。ちょうどサツキも満開近くになっており、訪れた観光客の目を楽しませていました。



6/18

## あじさい見ごろ



若狭瓜割名水公園(天徳寺)のあじさいが見ごろを迎えていました。

過去2年は積雪などの影響で、ほとんど咲かずに3年振りの開花となり、待ちわびていた地元住民や噂を聞きつけた県内外の人で賑わっていました。



6/22

## 運転免許自主返納出張窓口

高齢者事故防止対策の一環として、敦賀・小浜両警察署と町が連携し、リブラ若狭および歴史文化館において運転免許自主返納出張窓口を開設しました。

この日は4名が申請に来られ、警察による運転免許証返納手続きと、町が実施する運転免許自主返納サポート制度の申請手続きをワンストップで行いました。

申請に来られた方は、「なかなか返納に行くことができなかったのですが、今回の出張窓口で申請できてよかった」などと話していました。



6/25

## 消防操法大会



若狭消防署上中分署前訓練場において、第53回消防操法大会が上中消防団員125名、自衛消防団員65名が参加して行われました。

大会総裁の渡辺若狭町長が「日頃の練習で培ったチームワークを十分に発揮し、頑張ってください。そして地元地域を守っていただくことを期待します」と訓示しました。

大会では小型ポンプ操法で自衛消防団4チーム、消防団5チームが参加し、操作の正確さやタイムなどを競いました。4年振りに一般観覧席が設けられ、地元の声援を受けながら団員たちは真剣に取り組んでいました。成績は左記の通りです。

- 自衛消防団の部 1位: 堤自衛消防団 2位: 下吉田自衛消防団
- 消防団の部 1位: 第1分団 2位: 第4分団

# 診療所だより



健康や、診察・治療内容に関する情報などを掲載していきます。日ごろのお悩みや疑問についてもお聞かせください。

## 上中診療所の外来診療担当医(診療スケジュール)を紹介いたします!

診療科		受付時間	月	火	水	木	金
内科 【岡本】	午前	8:30~11:30	◎ 予約優先	◎ 予約優先	○	◎ 予約優先	◎第1・3・5【岡本】 第2・4【市立敦賀】
	午後・夜間	14:30~18:00	○	-	-	○	-
整形外科 【長谷】	午前	8:30~11:30	○	○	○	-	○
	午後・夜間	14:30~18:00	○	-	-	○ 15:30~	-
耳鼻咽喉科	午後・夜間	14:30~18:00	○ 【高波】	-	-	○ 【坪川】	-
歯科 【間】	午前	8:30~12:30 予約制	○	○	○	○	○
	午後	14:15~16:30 予約制	○	○	○	○	○

※内科の◎印は予約優先です。予約されていない場合、○印の水曜日の午前、月曜日と木曜日の午後の来院をお勧めします。  
 ※第2、4金曜日の内科は、市立敦賀病院(呼吸器内科)の佐藤医師(第2金曜日)、高橋医師(第4金曜日)が担当医です。  
 ※熱がある時は、診療所内でお待ちいただくことは出来ません。まず、電話連絡をお願いいたします。

歯科では、歯周病で失われた歯を支える骨等の組織を回復させる「歯周組織再生療法」や金属止め具のない入れ歯「スマートデンチャー」等の自費診療も行っております。



問い合わせ 健康医療課 上中診療所 ☎0770-62-1188



## みかた温泉 きららの湯

## 健康通信

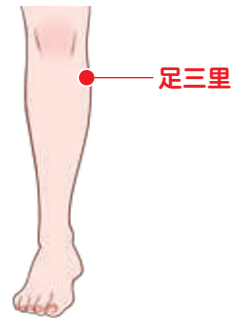
第30回

今月のツボ健康法

8月 葉月

### 足三里「あしさんり」

夏バテ・冷房病にお悩みの方に



### ツボの場所と意味

下腿の外側にあり、膝のお皿(膝蓋骨)の下から指4本分下の“むこうずね”の部から外に親指1本分のところにあります。

「足三里」は、「足」は足にあり、「三」は三部(上焦、中焦、下焦)の疾患を治療する部位として、「里」は、集まる場所、通じる場所という意味があり、気が集まるところの意味です。「足三里」は、万能のツボとしてよく使われます。このツボは、臓腑の「胃」(胃経)という経絡に所属し「脾」と深い関わりがあり、食べ物を受け取り、消化し栄養分を小腸に送る働きがあります。

### ツボ療法

「夏バテ」状態で、内臓機能が落ちて消化が悪くなり、気分が落ち込んでいいる時には「足三里」を刺激して、胃腸の働きを助け、自律神経を整え免疫機能を高めましょう。片方ずつ、親指の指腹で3~5秒かけてゆっくり押し続けていきます。痛気持ちいい程度に押しさえ左右交互に5回ほど続けます。

冷房などによる冷えが原因で、消化が悪い状態では、温泉入浴で半身浴にてゆっくり入り、しっかり芯まで温めましょう(水分補給は忘れずに)。足湯やお灸(温灸:温めるお灸)で「足三里」を温めるのも効果的です。

### 8月の健康法(養生法)

暦の上では秋ですが、8月はまだまだ暑い日が続きます。暑さが長引くと心も体も疲れやすくなります。暑さによる体内の熱を発散するためには運動、入浴でしっかり汗を流しましょう。一方、暑いと冷たい飲み物や食べ物を摂りがちで、内臓機能が落ちて消化が悪くなり、免疫機能は低下し、気分も落ち込み「夏バテ」状態となります。また、この時期は「冷房病」にも注意が必要です。長い期間冷やしすぎることで、足腰の冷え、だるさ、肩こり、頭痛、食欲不振、神経痛、下痢、不眠などの症状が出てきます。冷やしすぎた場合は、温める食材で内臓の活力を高めましょう。

食養生…なす、梨、とうもろこし、かぼちゃ、にんじん、さつまいも、しじみ

暑さで身体が熱い場合は、なすや梨などで熱を発散し、冷えが入った場合は、根菜類をとって内臓を温めましょう。また、しじみで肝臓の機能を高め疲労回復をはかり、なす、とうもろこしなどで胃腸の働きを整え、夏バテにならないようにしましょう。

明治国際医療大学 きららの湯若狭鍼灸院院長 廣正基 ☎0770-45-1517





# 2023年度 若狭町職員 採用候補者試験



この町の未来は、  
waka君が創る。



## 若狭町職員募集



一般事務 土木 保育士 保健師

第1次  
試験日

2023年9月17日(日)

申込期間

2023年7月13日(木) ~ 8月3日(木)

問い合わせ先

若狭町役場総務課 〒919 - 1393 福井県三方上中郡若狭町中央1-1  
☎ 0770 - 45 - 9109 <https://www.town.fukui-wakasa.lg.jp/>

☎ホームページはこちら

